

「目次」

主編的話	● 少年十五二十時，憶的長廊唱驢歌
特別報導	● 圖書館100學年度服務成果
	● 校史館開放囉！歡迎光臨
服務動態	● 配合校方節能減碳政策服務調整公告
	● 畢業資訊 e 起來：離校手續、論文上傳
	● 教科書 & 教授指定用書、參考書採購申請
	● 核心期刊推薦結果出爐，請各系所確認2013年訂購清單
活動看板	● 圖書館徵選活動揭曉
	● 那一年，我們在Facebook讀電子書
	● 您試用，我買書：超過4000本電子書等你來體驗！
	● 活動預告：DOI研討會(9/20)
閱讀館藏	● 興大教授的書房秘籍
	● 興閱坊好書推薦
電子資源	● IOPScience英國皇家物理學會期刊資料庫
	● 看報紙可以有不同的選擇
人物誌	● 二一的收穫－專訪志工隊長 美江姐
榮譽榜	● 文獻傳遞服務績優、優秀公務人員、興大阿甘
人事動態	● 生力軍

閱 讀 館 藏

興閱坊好書推薦專欄

■ 回目錄

炎炎夏日，避暑何處去？興閱坊提供您一個消暑、安靜、舒適的殿堂。一系列精選新書上架，內容包羅萬象，涵蓋溫馨小品、鬥志激發、語言學習等多方面向，邀您共同體會閱讀之樂，讓今年的夏天涼得很不一樣！

一個人的療癒－與服員育宣「撫平憂傷」推薦

作者：約翰·詹姆斯·羅素·傅里曼
出版社：大是文化

「真正的放下，是你不介意再度提起」這句話讓我想起了過去在面對悲傷時的態度。「人，之所以快樂，並非刻意忘記失落，而是學會了療癒自己。」這句話讓我知道快樂與難過之間的界線在哪裡。從看完第二章「越常用的安慰話，越讓人失落」之後，這本書開始抓住我的目光，裡面寫到你我平時面對傷心時最常用到的幾個錯誤方法，那些方法不僅沒用，而且還會讓傷口的裂痕變成疤痕。但作者提出讓人接受的方法走出失落，讓我明白情緒產生與釋放之間的關連。一本讓你解開失落痛楚的書，推薦給大家！



飲食規則－與服員孟佩「健康飲食」推薦

作者：麥可·波倫
出版社：大家出版社

這本書讓你真正知道怎麼吃對身體最好，沒有繁複的規則、冗長的說明，一頁一句話並附上一小段說明，有插畫讓人容易閱讀而不感到無趣！

作者要我們想像曾祖母和你一起逛超市，你們在乳製品區停了下來，她拿起一包攜帶式優格條，猜不透這個塑膠管中有顏色、有香氣的膠狀物是什麼，食物？亦或是牙膏？現今市面上大部分的「食品」都添加了太多的化學添加物，為了諸位能吃得開心且健康，誠心推薦您看看這本小書，一定會有所收穫的！



衣服故事專賣店－與服員羽彤「感觸良多」推薦

作者：愛琳·麥肯
出版社：皇冠出版社

衣服故事專賣店，初次看到這書名就很吸引我，因為在一次賣二手衣的活動裡激發出對賣衣服興趣和熱情，雖然是賤價賣出自己的衣服，但每當看到它穿在更適合的人身上，心情就很愉悅。每一件衣服都有屬於它的故事，這本書綜合了古董時尚、真誠熱情、還有人生方向，如果能把身上無趣味的衣服都換成精緻亮眼，那或許我們也可以讓較無吸引力的人事變得有趣。



愛上自己的不完美－與服員淑萍「重新認識自己」推薦

作者：張德芬
出版社：方智出版社

人總是會羨慕別人所擁有的美好，卻不知足於自己所現有的，這是思考的偏頗。看了這本書才發現會有如此想法，其實都是自己心情的變換及負面情緒所導致，我們應該學習樂觀並愛上自己的不完美！不如現在就跟著我一起來閱讀這本書，把心靈洗滌一下吧！



今天也要用心過生活－與服員筱筑「用心過每一天」推薦

作者：松浦彌太郎
出版社：麥田出版社

今天也要用心過生活，作者以其細膩的筆觸，帶領我們發現看似平凡的每一天所藏著的美好感受。我們往往隨著年紀的增長，把生活周遭的大小事物視為理所當然，失去孩提時的天真以及不斷發問的好奇心，本書藉由作者發問「為什麼？」貫穿全文，讓看似平凡的每一天不再平凡，就讓我們跟著作者發現生活中的小巧思，以愉悅的心情過生活，把每一天都當作重要的日子用心過下去吧！



蛤蟆先生的希望－與館員智強「擺脫憂鬱」推薦

作者：羅伯·狄保德
出版社：張老師文化

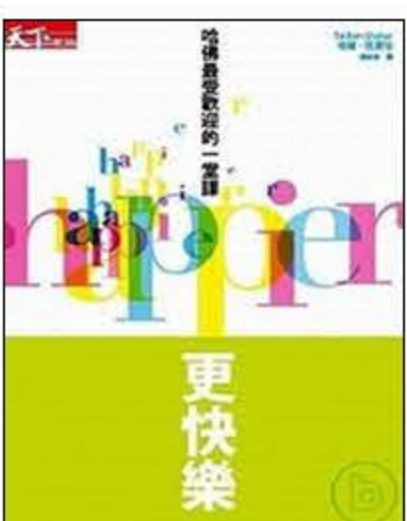
蛤蟆心靈生病了，整天懶洋洋無活力，只想賴在沙發上。好友河鼠、鼩鼩介紹他去找諮商師－蒼鷺，希望蒼鷺能替他找出問題。這本書吸引人的地方在於，假如你正處於憂鬱狀態，你就是故事中的主角－蛤蟆，你可以從書本裡找到你要的答案，假如你現在過得很好，你也許就是諮商師－蒼鷺，隨時可以拉你的好友一把。這本書分析了一個人的喜怒哀樂都是有緣由的，現有的行為舉止皆由兒童階段的感受延伸，快樂的人能不斷地修正自我的意識與感受，沮喪的人始終被侷限在孩童時種種不愉快的回憶裡。因此，TA諮商便突顯它的重要性，溝通分析創始人Eric Berne說過：「每個人人生下來都是王子，卻被父母變成青蛙。心理治療的目的，就是讓青蛙再變回王子。」你有不快樂嗎？讓這本書帶領你開始認識你自己。



更快樂：哈佛最受歡迎的一堂課－與服員立彬「改變想法」推薦

作者：塔爾·班夏哈
出版社：天下雜誌

人們會煩惱的大部分原因是將事情複雜化，把簡單單的一件事想得很難，導致在解決那些問題的時候遇到瓶頸，進而影響自己的心情。這本書收錄了很多心理學家、哲學家的想法，讓讀者能夠學習並且實踐於生活中。但是，不要認為光把書看完就能真正的讓一個人快樂，最重要的還是要主動發掘自己的快樂因子，並將之給表現出來，如此，才能真正獲得快樂的生活。



攝影的精神—與服員盈璇「發現攝影精髓」推薦

作者：傑瑞·貝傑
出版社：大家出版社

一直以來，我認為攝影只是單純的記錄著歷史、保留著永恆、撰寫著經典。就只是單純的拍照，但卻從沒想過，他到底是屬於藝術還是科學？這本書讓我有了這樣思考的機會，也許是介於兩者之間吧！是藝術中的科學也是科學中的藝術。像每個時期的藝術，有每個時代的創新與風格，卻也像每個科學創舉，有著驚人的突破與革命。摩荷里納基說：「未來的文盲，是那些不懂攝影的人。」，但是在人手一機的時代裡，你知道、理解、懂得什麼是攝影嗎？

拖延心理學—與服員懿方「痛定思痛」推薦

作者：珍·博克、萊諾拉·袁
出版社：漫遊者文化

其實我應該算是個拖延的重度患者，深受拖延所苦，我討厭這樣的自己，也很氣自己。常常想，為什麼別人總可以在時限內完成，但我卻沒辦法？這本書徹底打破了我以為拖延純粹就是時間管理不良的問題。也點出，拖延者，常常就是完美主義者！

閱讀此書可讓你瞭解自己真正的弱點在哪裡？到底是什麼原因造成了拖延？之後，再慢慢調整心態，對症下藥，相信對許多拖延習慣者來說，一定有很大的幫助！

DSLR攝影之道3—與服員姿驊「攝影小達人」推薦

作者：唯藝影像
出版社：PCuSER電腦人文化

妳/你是不是腦中一堆想法卻找不到釋放的出口呢？那麼可以跟我一起走入攝影的多變世界中！這本書講到ISO、曝光和閃燈運用等基本面向中，許多不可不知的攝影知識。不管是底片、針孔相機、數位單眼或是普通的傻瓜，最重要是能拍下讓人感動的瞬間。心動嗎？趕快拿起相機照著本書所教的技巧將你的想法實現吧！

除此之外，相關延伸閱讀推薦如下：攝影的精神及攝影的熱忱兩本書，希望你也會愛上攝影！

攝影的熱忱—與服員姿驊「堅持熱忱」推薦

作者：Steve Simon
出版社：悅知文化

這本書在探討有關於心理層面的攝影技巧，攝影是門藝術，可將人們心中那塊不想為人所知的想法從景觀窗中釋放出來。對於專業的攝影人來說打造自己的風格非常重要，因為那也是自己的招牌，讓人一眼看到照片就知道是出自於你之手。Steve Simon是美國知名攝影記者，他的攝影經驗告訴我們如何成就一張張精彩的照片！你可以從這本書中得到很多有關於攝影心理層面的啟示，若遇到瓶頸也能在看完後茅塞頓開！除此之外，本書也較適合已經懂了攝影的基本概念，正要實現想法的你！

最貧窮的哈佛女孩—與服員彥婷「愛自己也愛大家」推薦

作者：莉姿·萊芮
出版社：商周出版

剛借這本書的時候以為內容會提到她是怎麼樣在困苦的環境下刻苦念書申請上哈佛大學的，但是這本自傳對於哈佛提到的篇幅極少，主要還是描述她高中前的生活，這樣看來此書的英文原名Breaking Night真的很貼切。透過此書可以赤裸裸地看到毒品和酒精是怎麼樣摧毀一個家庭，以及街上那些流露叛逆眼神四處流浪的年輕人，心裡到底是怎麼看這個世界的。在閱讀的同時也覺得很心痛，如果有人能在這些孩子無助的時候給予幫助，或是她能早點認識「另類中學」，也許她的人生會順遂一點。但也或許是她跌跌撞撞的人生，使她更奮發念書，而後在成功時願意幫助更多人！總而言之，希望對自己人生不甚滿意的人，都能來看看這本書，就會感覺到自己其實是幸福的！

愛從赤道零度開始—與服員節茹「身體力行」推薦

作者：林進修
出版社：天下文化

承載著熱忱和愛心，一群醫學者身體力行，親自到醫療落後的地區撒下愛的種子。在面對環境髒亂、語言障礙和許多罕見的疾病，你會前進還是退縮？在愛的旅途中，所有的疲累都會融化在純真的笑容裡。就在這個醫療團隊帶給別人關懷和希望的同時，在貧乏地區的人們也給他們上了寶貴的一課。

請問洪蘭老師—與服員育宣「醍醐灌頂」推薦

作者：洪蘭
出版社：天下雜誌

這本由天下出版的洪蘭最新著作標題下的直接，請問洪蘭老師請教出台灣大多數人對於教育觀念的錯誤與導正。我對洪蘭如此著迷的地方在於洪蘭早年來是讀心理學的，之後又專攻於神經科學，這些背景知識讓她在提出一個教育觀念時能有完整的科學根據支持，而書中也常常會有實驗佐證她的理念，讓我對品格教育能有進一步的認識。另外她對於台灣教育環境一針見血的諫言，往往也是我最喜愛的一部分，我想現下的社會環境，著實是需要一位睿智的洪蘭老師來解惑大家的疑問。

從十杯星巴克賺進人生的第一個100萬—

與服員孟佩「存下人生第一桶金」推薦

作者：卓顯心
出版社：和平國際

強力推薦一定要看看這本書！作者寫成此書的動機不是教人如何投資賺大錢，而是以理論和例子參半的方式告訴讀者，20多歲就要開始理財的理由、目標和資金管理方法等。讓你瞭解提早理財的重要性！就算是完全不懂理財的初學者（在下就是其一）讀來也不會覺得太困難或乏味，越讀會越想一直讀到完！

零蛋英文老師—與服員淑萍「見微知著」推薦

作者：龔玲慧
出版社：商周出版

你不會相信一個英文曾經考過0分的人，會成為英文老師！不要不相信自己的潛力，沒有什麼事情是不可能的，只要你肯努力、堅持下去，一定會有所收穫的！這本書不完全教我們怎樣學英文，只要用對方法，不管做什麼事情，都會倒吃甘蔗、漸入佳境。

能被小用，才是大才—與服員玥彤「求職必讀」推薦

作者：沈方正/口述；盧智芳/採訪整理
出版社：天下雜誌

不久的未來就要進入社會新鮮人的行列，有點期待又有點恐慌。畢竟，社會大學不怎麼好念！雖然工作看起來千百種，但其實都跟服務有關係。縱使是位階高層的大老闆們，也必須透過對服務內容與態度的了解，才能掌握整體企業的方向與社會動態，進而讓自己的公司立於不敗之地。服務這塊領域的要領頗多，該如何在服務的同時溫暖人心、發揮創意等，希冀閱讀完這本書的人都可以增進服務的功力！

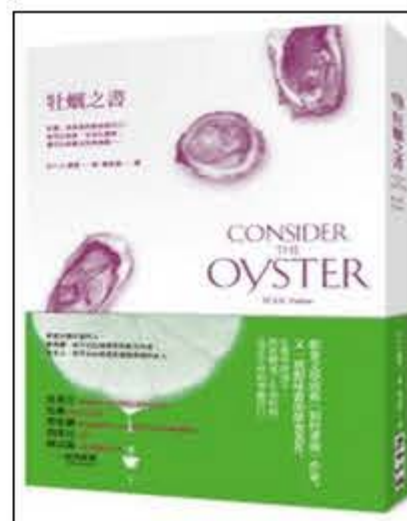


牡蠣之書—與服員筱筑「食全食美」推薦

作者：M.F.K. 費雪

出版社：麥田

這是我看過最精彩的食譜書！它不只是食譜，更是蘊涵所有關於牡蠣的軼聞趣事的書。有當代飲食文學傳奇人物之稱的M.F.K.費雪，可以在談飲食之事時，以其細膩筆觸，帶領讀者進入另一個時空，彷彿我們就坐在爐火旁看著大廚依其喜好烹飪牡蠣，還能聽見他們邊搖著煮鍋邊告訴你牡蠣的烹飪祕訣。從沒想過一本關於食物的書能寫得如此生動有趣，比起有圖片，潤飾得極漂亮的食譜書更能挑動味蕾。在費雪的筆下，飲食變成了生命哲理，也是生命的華麗胃口。



台灣的驕傲：12個把台灣推向世界的精采人物—

與服員俊佑「勇敢追夢」推薦

作者：中國時報編輯部團隊

出版社：天下文化

他們來自各行各業，他們有著不同的人生際遇，當他們遭遇困難時都選擇用勇敢解決問題的態度來處理這一切，堅持自己的理想，用自我力量努力去實踐它。他們不只是台灣的驕傲，從他們身上看到生命長度固然有限，夢想卻是無窮盡的，對於對夢想（甚至只是一個念頭）的堅持與付出努力，不管遇到什麼難關挫折還是奮鬥不懈，終至成功的那一刻。



鐵意志與柔軟心：張榮發的33個人生態度—

與服員俊佑「人生就此改變」推薦

作者：中國時報編輯部團隊

出版社：天下文化

以前總覺得企業家都是在追求自我利益，以賺錢為目的，但是在看了張榮發先生的書後，這個想法有很大的轉變。他在年輕時只是船公司的一個事務員，但在其內心想法中，認為對一個認真打拼的人而言，最後得到的，是過程中鍛鍊出來的堅強性格與意志。企業的經營需要對合作夥伴講求誠信；對待公司員工像家人，就是秉持著這樣的信念，長榮集團才能不斷的壯大成長；在社會公益方面，財團法人張榮發基金會也積極投入醫療、教育與藝文。一個人的成功並不是擁有多少財富，而是貢獻自我的力量來回饋社會，幫助更多需要幫助的人。



魅力—與館員智強「見證奇蹟」推薦

作者：奧里森·斯威特·馬登

出版社：冠橙

「魅力」一言是一面鏡子，看這本書就好比從鏡子中看著自己，檢視自己一切的一切。為什麼朋友總是拒絕我？為什麼感覺別人都是在敷衍我，才講沒有幾句話就要走？我想要人緣會好，我希望走到哪裡都是都受到歡迎的。其實，願望並不難實現，只要改變一個小舉動或是一個心態，你也可以打造自己專屬的個人魅力。這本書教導了很多觀念，其中一個章節讓我印象深刻，它是談論「意志的力量」，裡面有一句話：「人們並不缺乏力量，而是缺乏意志力」。這是句很簡單、很容易明白，但身處困境時，我們還會記得這句話嗎？還做得到嗎？看完「魅力」，讓我反省，原來魅力就存在每個人身上，只是我們不曾好好將它展現出來。



沒有地圖的世界—與服員盈璇「愛大無限」推薦

作者：歐大旭

出版社：聯經出版公司

不同膚色、不同種族，但卻相同國籍。難道這樣也不行？身為一個荷蘭裔的印尼人卡爾，因為種族政策的關係被迫與養子亞當分離。在卡爾心中，他始終認為自己是個完完全全的印尼人，荷蘭人的身份只代表著他的外貌與別人不同。而亞當，身為一個正統的印尼人，在尋找卡爾的旅途中，不斷思考卡爾對他到底是父親？還是那些曾經高壓統治過他們無情的荷蘭人？在如此糾結的思緒中，亞當踏上了尋找「愛」的旅途……



您覺得這篇文章： ☐ 好溫馨 ☐ 好實用 ☐ 好有趣 ☐ 好豐富 ☐ 好新鮮

中興大學圖書館 台中市南區國光路250號
電話：(04)22840290
傳真：(04)22873454
聯絡信箱：libnews@nchu.edu.tw

發行人：張慧銖
召集人：張義輝
主編：陳瑛倫
行政編輯：周惠婷
資訊技術：林麗玉

著作權所有，禁止未經授權轉貼節錄

編輯小組：王素嫻、周惠婷、王智強、鄭如婷、陳瑛倫、林麗玉、林雅雯

• Copyright © 國立中興大學圖書館 •

0000281